

AQ-C

(Sharpe, T. M., et al., 1998)

(Tradução e adaptação de Marina Cunha, José Pinto-Gouveia e Ana Xavier, 2011)

Qual das seguintes frases descreve melhor os teus sentimentos?

Por favor indica qual a frase que MELHOR te descreve, assinalando o quanto achas que cada uma delas tem a ver contigo. Faz um círculo à volta do número que melhor traduzo que pensas e sentes.

- (a) Acho que é muito fácil relacionar-me com os outros. Tenho facilidade em confiar nos outros e que outras pessoas confiem em mim. Não fico frequentemente preocupado(a) com o poder ser abandonado(a), ou se alguém está demasiado próximo de mim.

Ao contrário de mim							Como eu
0	1	2	3	4	5	6	7

- (b) Sinto-me um pouco desconfortável em estar próximo dos outros. Acho que é difícil confiar plenamente nos outros e ficar dependente deles. Fico nervoso(a) se alguém se aproxima demasiado de mim, e, frequentemente, sinto que os meus amigos querem estar mais próximos de mim do que aquilo que me é confortável.

Ao contrário de mim							Como eu
0	1	2	3	4	5	6	7

- (c) Acho que os outros não estão tão próximos de mim como eu gostaria. Preocupo-me frequentemente com o facto de os meus amigos não gostarem realmente de mim, ou que não sejam meus amigos por muito tempo. Gosto de passar grande parte do tempo com outras pessoas e isso às vezes assusta/afugenta as pessoas.

Ao contrário de mim							Como eu
0	1	2	3	4	5	6	7